

まりあ通信

令和 3 年
VOL.2

社会福祉法人まりあ 広報誌

令和 3 年 6 月 10 日 発行 (2 か月 1 回 10 日発行)



表紙【 デイサービスセンター福さんの家 】より

《今月号の内容》

- | | |
|---|----|
| ■特別養護老人ホームまりあ【海】【空】【郷】 | 1p |
| ■グループホームまりあ【夢】【想】【花】 | 2p |
| ■ショートステイまりあ・住宅型有料ホームまりあ・サービス付き高齢者向け住宅まりあ | 3p |
| ■デイサービスセンター福さんの家・デイサービスセンターまりあ・ちっちゃなお家みづき | 4p |
| ■福祉用具について | 5p |
| ■各部会の紹介・リハビリテーション | 6p |
| ■お知らせ・栄養管理室よりレシピ紹介・編集後記 | 7p |

特別養護老人ホームまりあ【ユニット海】

天気が良く暖かい日にはベランダに出てお茶会や散歩をしています。他にも職員を交えてカルタやパズル・リハビリ体操等で、気分転換へ繋がったり、日々楽しく過ごして頂けるように努めています。利用者様同士で冗談を交わされたり、笑顔で楽しそうに交流されています☆



【ユニット空】



空ユニットでは、先日トマト・きゅうり・オクラの苗を植えました。

お天気にも恵まれ、皆様和やかな雰囲気の中楽しまれた様子でした。

「水やりをせんとあぁ」

「どれが一番早く実がなるやろか」など一足早く、話題に花が咲いていました☆

収穫や実食などできるように、今後も皆様と一緒に楽しく育てていきたいと思いをします。

【ユニット郷】

暖かくなり過ごしやすくなりましたね。郷ユニットでは中庭に咲いたツツジを見ながらお茶会を開催致しました。普段室内でしか食事などは出来ないので、皆様暖かい日差しの中で談笑しながらお茶を嗜んでおられました。

また、ユニットで植えていた草花も元気に育ち、きれいな花をつけています。

なかなか外出できない状況ですがユニットで出来る限り楽しく過ごして頂けるように、これからも工夫していきたいと思いをします。





習字をされたり、シャボン玉をされたり天気がいい日には皆様で外気浴をして過ごされています(*~*)

3 ユニット合同でピクニックを行いました。
弁当のおかず作りを手伝って下さったり、
ノンアルコールビールを飲まれる方も喜ばれて
いました♪



進んでお手伝いを
て下さいます♪

【ユニット想】

あやめ見学☆



4月にあやめ見学で
早水公園に行きました！
コロナ対策の為、車内からの
見学でしたが喜んで下さいました



ピクニック☆彡

3ユニット合同のピクニックに参加しました。
天候も良くお弁当を
皆で作りました♪
外で食べるお食事に皆様
箸が進んでいました。

母の日♡



母の日には
おはぎを皆で
作って食べました★



【ユニット花】



母の日にちらし寿司を作り、おやつの
時間にはプリンにイチゴと生クリーム
をトッピングし、皆さんで召し上がり
ました。笑顔が沢山な一日でした
(*ω*)

3ユニット合同のピクニックを行いました。
利用者様におかず作りを手伝って頂き、昼食は
外にテントを立て、皆さんで召し上がりました
(^^♪「美味しい」、「気持ちがいいね」と言われ
喜ばれていました(●^o^●)



5/24 食事レクリエーションにて【お好み焼き】を作りました。豚肉・キャベツ・イカ・エビをお好み焼き粉で混ぜ合わせ、トッピングとして、チーズや大葉・あげ玉・とうもろこし・シーチキン・ネギを好みに合わせ追加していき、皆様、久しぶりに食べるお好み焼きを楽しまれておりました。



住宅型有料ホームまりあ

母の日ということで、ご家族からお花や洋服などのプレゼントが届きました。皆さんとても喜ばれており、素敵な笑顔を見せてくださいました☆



お誕生日を迎えられた利用者様に、ご家族からの大きなケーキや立派なお花でお祝いしました。「ハッピーバースデートゥーユー♪」の歌にとっても喜ばれていました。おめでとうございます☆



サービス付き高齢者向け住宅まりあ



月に一度のフラワーアレンジメントは、入居者の方々も楽しみにされており、完成された作品をお互いに褒めあったりして和気あいあいと活動されています。活動を通して、入居者様方の交流の機会作りが出来るように、これからも努めていきたいと思ひます。

5月は母の日のお祝いにバーベキューを行いました。
天気も良く暖かい日で、皆さん外での食事を満喫されていました。
職員手作りのプレゼントもとても喜んで頂けました。
庭の梅の木も沢山の実が生り収穫し、梅シロップ作りを行いました。
「きれいな梅や～」と喜ばれていました。出来上がりが楽しみです。
また、調理活動にて新じゃがいもで作る練り菓子に挑戦しました。
蒸したじゃがいもを潰して色を付け、とても可愛いお菓子が
出来上がりました。
今年は早梅雨で外での活動が出来ませんが、室内での活動を
強化しています。体操や製作活動等工夫をしていき、毎日が
同じにならない様に職員一同知恵を絞って取り組んでいます。
「職員も楽しみながら仕事の出来る環境・雰囲気作りをしよう」
これは、今年度上半期のデイサービスセンター「福さんの家」
の目標です。



デイサービスセンターまりあ

デイサービスまりあでは、イチゴジャム作りをしました。皆さんイチゴのへたを取る細かい作業を器用にされ、イチゴの形が無くなるまでグツグツと時間をかけて煮込みました。出来上がったイチゴジャムはその日の三時のおやつで美味しく頂きました。皆さん自分達で作った甘いイチゴジャムをクッキーに付けて美味しく頂いていました。また一緒に美味しいものを作りましょう☆



ちっちゃなお家みづき



折り紙を使って鯉を、花紙で藤の花を作りました。細かい作業で時間はかかりましたが、皆さんいつの間にか話す事無く集中して取り組んでおられました★みんなで取り組んだこともあり大作の完成です！！今度はアジサイ作りに挑戦します♪がんばるぞ～★

福祉用具について

利用者様が、安心・安全に生活を送れるために、まりあでは様々な福祉用具を導入し、ケアを実施しております。今回は、『持ち上げない介護への取り組み』として、「移動リフト」「吊り具（スリングシート）」についてご紹介いたします！

移乗用リフト



移乗用リフトとは、主にベッド⇄車椅子やトイレなどの移乗において、抱えるのが困難な方や身体の方などの移乗の際に、介護者・利用者双方の負担を軽減し安全な移乗を行うことができます。また、移乗用リフトを使うことによって、介護者の腰痛予防になります。居室・寝室・浴室・トイレなど、様々な場所で使用できます。使用目的・場所にあわせて多くの種類がありますが、まりあでは床走行リフトを取り入れています。

吊り具（スリングシート）



お身体を持ち上げる際に使用する吊り具（スリングシート）は、ベッドから車いすへの介助用（左上2枚）、トイレでの排泄時に使用する介助用（右端）とスリングシートを使い分けて使用しています。ストラップ（座位シートの紐）の掛ける位置を変更する事で、姿勢を変えられる多機能型スリングシートを使用しています。介助時の窮屈感を軽減し、体重を骨で支えて臀部・大腿部の圧迫感を減らすなど、安全と快適さを追求されたシートを使用しています。頭部まで覆う形状で、利用者様を包み込むようにしてリフトしていただけます。主に座位姿勢を保つことが困難な方に使用されます。座位姿勢が比較的安定している方にはハーフサイズシートを使用します。トイレ介助用の使用するスリングシートはリフトで持ち上げたままズボンを下げる事ができます。

背当ては肩甲骨の下くらいまで、胸部で体幹を保持し、お尻は大きく露出している状態になり、便座への移乗が負担なく行えます。

各部会の紹介

当法人では、更なる質の向上、職員のスキルアップ、また、職員同士の連携を図るなどを目的として「研修部」「防災課」「広報部」「保健衛生部」「環境部」「事故対策課」「地域支援課」を設けて、それぞれの役割を担って活動しております。今回は、「防災課」についてご紹介します。

防 災 課

利用者様が安心安全に生活できるよう、年間の防災訓練・防犯研修・エスケープ訓練の計画と実施を行っています。防災訓練は、年三回、各事業所想定での火災訓練を、実際の職員の人数・利用者様の状態・人数を想定して行っています。毎回、消防設備業者の方にも参加していただき、改善点等ご指導いただいています。また、年一回、大根田地区の皆様にもご参加いただき、合同避難訓練を実施して地域と連携が取れるよう交流を図っています。

防犯研修では、都城警察署の方を講師として招き、防犯対策について講義をお願いしています。不審者が施設に来たという設定のもと実演を行うことで、意識を高めるとても大事な研修となっています。エスケープについては、利用者様の名前と顔を把握する取り組みを全事業所の職員で行っています。現在は、コロナ禍のため、集合しての避難訓練はできていませんが、施設内での図上訓練・防災点検をメインに定期的に行っています。

			
防犯研修	避難訓練	火災訓練	地域合同研修

リハビリテーション

各事業所でそれぞれの目的に応じたリハビリを日々行っております。今回は、音楽療法についてその目的、効果などをご紹介します。

音楽療法

デイサービスセンターまりあでは、毎週金曜日に講師の東先生、西村先生にお越しいただき、音楽療法を行っています。今回、東 一郎先生に音楽療法についてお話を伺いました。

「音楽療法」とは、音楽の持つ特性を活用するプログラムを通してリハビリテーションを行う事です。健康の維持、心身の障害の機能回復、生活の質の向上、問題行動の改善などを目的に行っています。対象者の皆様のニーズを叶えるために行います。「好きな歌を楽しく歌う」「集団のなかで歌って、満足感や快感が得ることができる」そして音楽活動への参加に意欲的になれば、充実した生活へと繋がる事を目的に行っています。

認知症の予防や進行抑制効果が期待される心理療法のひとつに、アメリカの精神科医バトラーが提唱した「回想法」があります。音楽療法と回想法を組み合わせた「音楽回想療法」は、昔の懐かしい歌などを用いて眠っていた記憶を引き出し、脳を活性化される方法です。認知症の方に適用した場合は、「自己肯定感が増す」「意欲が出る」「表情が豊かになる」などの効果が期待されます。



【お知らせ】

●宮崎県の緊急事態宣言が5/31で終わりましたが、都城・北諸圏域では「警戒区域」の状態です。まりあでは、協議の結果、ご家族のご面会については6/1より、以前と同様、15分以内3人以下で対応、完全予約制で再開いたしました。ビデオ通話でのリモート面会も継続しております。お気軽にお問い合わせください。

事前予約等、今後とも協力をどうぞ宜しくお願い致します。

尚、県内の感染状況の動向により、再度面会を制限させていただく場合がございます。

※ 事前予約がなく、直接、ご面会に来られる方もいらっしゃる為、ご家族・ご親戚の方にも予約制の件をお伝え頂けると助かります。

※ こまめな、手指消毒・手洗い・うがいを行いながら感染対策・予防に努めましょう。

※ ワクチン接種が順次始まっております。接種される際にはご利用されている事業所にお声掛け頂けると助かります。宜しくお願い致します。



栄養管理室よりレシピ紹介

《材 料》

粉寒天 1 袋 (4 g)

水 400ml

こしあん 600g

《作り方》

- ①なべに分量の水、粉寒天を入れて火にかける。かき混ぜながら煮溶かし、1分30秒～2分間沸騰させる。
- ②火をいったん止め、こしあんを加え、なめらかになるまで混ぜる。
- ③再度火にかけ、かき混ぜながら沸騰させる。火から下ろし、粗熱を取る。
- ④ ③を流し型(バットでもよい)に流し入れ、粗熱を取って冷蔵庫に入れて冷やし固める。

夏の始まりを告げるお菓子といえば、水ようかん。暑い日にひんやりとした口ざわりはなによりもおいしいものです。
高齢の方にも食べやすい、今の時期にぴったりのおやつです。



小さく切った栗の甘露煮をのせてアレンジすれば、おもてなしにもぴったりです！



☆まりあでも手づくり水ようかんをおやつとして提供しています☆

《編集後記》

梅雨の時期となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

今月号よりまりあ通信が新体制になり、各部署の内容だけでなくリハビリテーションや各部署、研修などご紹介してまいります。

今後ともまりあ通信を通じて皆様に情報を提供させていただき、ご満足して頂けるよう努めてまいります。宜しくお願い致します。

田上

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 Vol.2



- 発行日：令和3年6月10日
- 都城市志比田町 9573 番地の 1
- 編集／発行：まりあ広報部会
- 電話：46 - 2727

* 上記 QR コードを読み込むと社会福祉法人まりあのホームページが表示されます。
* 掲載しております写真等につきましては、個人情報の同意のもと掲載させていただいております。